



ARRANGØRVEILEDER

KM og kretskonkurranser

VIKEN OG OSLO GYMNASTIKK- OG TURNKRETS



Rytmask gymnastikk



Generelt

Dette vedlegget er ment som en veiledning, med utdrag fra forbundets arrangørveiledning utarbeidet av Marianne Halberg (Konsulent RG, NGTF), til dere som skal arrangere kretskonkurranser i rytmisk gymnastikk. Hoveddokument finnes [her](#) - Retningslinjer for arrangør

Ved eventuelle spørsmål, ta gjerne kontakt med vikenogologtk@gymogturn.no eller RG utvalget i kretsen (TURG): rg@vogtk.no

Brenda Garbin brendagarbin@hotmail.com 92472727
Hanna Nemchenko hannushka@gmail.com 99150074
Zrinka Galić zrinka.njard.rg@gmail.com 92302181
Hristina Andersen vaya.bg@gmail.com 97656252

Vi ønsker å videreutvikle denne veilederen med hjelp fra dere arrangører. Forslag til forbedringer og/eller endringer kan sendes på e-post til rg@vogtk.no

1. FORARBEID og INFORMASJON

1.1. Utlysning og tildeling

Alle kretskonkurranser utlyses av TURG så fort terminliste er utarbeidet fra NGTF for påfølgende år. Klubbene søker om å holde kretskonkurranser eller KM for en bestemt dato og informere om ønsket klasser som skal delta. TURG informerer hvem som har blitt tildelt kretskonkurranser og KM.

1.2 Invitasjon og påmelding og budsjett

Teknisk arrangør sender tidsplan og invitasjon til TURG for godkjenning. Teknisk arrangør kan selv bestemme hvilket påmeldingssystem de vil bruke. Når TURG har godkjent invitasjonen og tidsplanen, kan teknisk arrangøren legge inn arrangement i terminlista. [Trykk her for å registrere arrangementet](#)

HUSK: Kretskonkurranser skal ikke vare lengre en 8 timer fra start dommermøte til begynnelse premieutdeling; da må konkurransen eventuelt avholdes på to dager. TURG lager dommeroppsett. Teknisk arrangør er ansvarlig for påmeldingen. Påmeldingen må inneholde fullt navn, fødselsdato, Trinn, klubbens dommer, ansvarlig under konkurransen og klubb. Teknisk arrangør sender en oversikt over de påmeldte til kretsen (vikenogologtk@gymogturn.no) i god tid før konkurransen for sjekk av konkurranselisenser.



Startkontingent kretskonkurranser:

Minirekrudd klasse 1	Kr. 250,- pr. gymnast
Minirekrudd klasse 2	Kr. 300,- pr. gymnast
Minirekrudd Tropp Lokal	Kr. 250,- per gymnast
Minirekrudd Tropp Regional	Kr. 250,- per gymnast
Oppvisnings tropper	Kr. 100,- pr. gymnast
Rekrudd Int. 11 år 2-kamp	Kr. 500,- pr. gymnast
Rekrudd Int. 11 år 3-kamp	Kr. 550,- pr. gymnast
Rekrudd Int. 12 år 2-kamp	Kr. 500,- pr. gymnast
Rekrudd Int. 12 år 4-kamp	Kr. 550,- pr. gymnast
Rekrudd Nasj. 11år 2-kamp	Kr. 450,- pr. gymnast
Rekrudd Nasj. 12 år 2-kamp	Kr. 450,- per gymnast
Rekrudd Nasj. 12 år 3-kamp	Kr. 500,- pr. gymnast
Pre Junior Nasj 2-kamp	Kr. 450,- pr. gymnast
Rekrudd Duo/Trio	Kr. 300,- per gymnast
Rekrudd Tropp A Fritt. og/eller Ball	Kr. 1500,-per tropp per program
Rekrudd Tropp RG for Alle	Kr. 250,- per gymnast
Pre Junior Int 2-kamp	Kr. 450,- pr. gymnast
Pre Junior Int 4-kamp	Kr. 550,- pr. gymnast
Pre Junior Duo/Trio	Kr. 300,- per gymnast
Pre Junior Tropp	Kr. 1500,-per tropp per program
Jr. Int. 3-kamp	Kr. 500,- per gymnast
Jr. Int. 4-kamp	Kr. 550,- pr. gymnast
Jr. Nasjonal Div. A	Kr. 500,- pr. gymnast
Jr. Nasjonal Div. B	Kr. 450,- pr. gymnast
Jr. Nasjonal Div. C	Kr. 300,- pr. gymnast
Jr. Int. Duo/Trio	Kr. 300,- pr. gymnast
Jr. Int. Tropp	Kr. 1500,- per tropp
Nasjonal klasse Jr. Duo/Trio	Kr. 300,- per gymnast
Nasjonal klasse Jr. Tropp	Kr. 300,- per gymnast
Sr. Int. 3-kamp	Kr. 500,- per gymnast
Sr. Int. 4-kamp	Kr. 550,- pr. gymnast
Sr. Nasjonal Div. A	Kr. 550,- pr. gymnast
Sr. Nasjonal Div. B	Kr. 450,- pr. gymnast
Sr. Int. Duo/Trio	Kr. 300,- pr. gymnast
Sr. Int. Tropp	Kr. 1500,- per tropp per program
Nasjonal klasse Jr. Duo/Trio	Kr. 300,- per gymnast
Nasjonal klasse Tropp Miks	Kr. 300,- per gymnast
Special Olympics Level A-4	Kr. 400,- pr. gymnast

Påmeldingsfristen til kretskonkurranser bør være 3 uker før konkurransen. Invitasjonen bør sende ut 2 måneder før konkurransen. Hva invitasjonen må inneholde:



Navn på arrangørklubb inviterer til Kretskonkurranse rytmisk gymnastikk

Rød skrift endres/slettes i dokumentet, linjer som ikke gjelder for aktuell konkurranse slettes.

Dato:	
Sted:	<i>Navn på hall, adresse</i>
Takhøyde:	
Konkurranse klasser:	<p><i>Arrangør sletter de klasser som ikke deltar</i></p> <p>Minirekrutt klasse 1 Minirekrutt klasse 2 Minirekrutt Tropp Lokal Minirekrutt Tropp Regional Oppvisnings tropper Rekrutt Int. 11 år 2-kamp Rekrutt Int. 11 år 3-kamp Rekrutt Int. 12 år 2-kamp Rekrutt Int. 12 år 4-kamp Rekrutt Nasj. 11 år 2-kamp Rekrutt Nasj. 12 år 2-kamp Rekrutt Nasj. 12 år 3-kamp Rekrutt Duo/Trio Rekrutt Tropp A Fritt. og/eller Ball Rekrutt Tropp RG for Alle Pre Junior Nasj 2-kamp Pre Junior Int 2-kamp Pre Junior Int 4-kamp Pre Junior Duo/Trio Pre Junior Tropp Jr. Int. 3-kamp Jr. Int. 4-kamp Jr. Int. Duo/Trio Jr. Int. Tropp Jr. Nasjonal Div. A Jr. Nasjonal Div. B Jr. Nasjonal Div. C Jr. Nasjonal klasse Duo/Trio Jr. Nasjonal klasse Tropp Sr. Int. 3-kamp Sr. Int. 4-kamp Sr. Int. Duo/Trio Sr. Int. Tropp Sr. Nasjonal Div. A Sr. Nasjonal Div. B Nasjonal klasse Duo/Trio Mix Nasjonal klasse Senior Tropp Miks Special Olympics Level A-4</p>
Påmelding:	<i>Frist (senest 3 uker før konk. dato), mail-adresse etc. Benytt vedlagt påmeldingsskjema.</i>
Kontaktperson:	<i>Navn, mailadresse, telefon nummer</i>
Veibeskrivelse til hallen:	<i>Veibeskrivelsen gjøres fra knutepunkt på arrangørsted (tog/busstasjon, flyplass etc.)</i>
Tidsplan og øvrig info:	Tidsplan, startlisten og kjøreplan sendes ut 2 uker for konkurransen. <i>(dato).</i>

Startavgifter, og at det ved for sen påmelding må betales dobbel startkontingent.

1.3. Informasjon til påmeldte lag, dommere, TURG

Senest en dag etter konkurransen skal teknisk arrangør sende alle resultatlistelink til resultater til TURG, klubbene som deltok og resultat@gymogturn.no

Tidsplan, startliste og kjørelisten for kretskonkurransen bør sendes ut av arrangøren til påmeldte klubber og dommeransvarlig fra TURG senest **2 uker** før konkurransen.

Utsendelsen skal inneholde følgende:

1. Når hallen åpner
2. Tidsplan for konkurransen:
Tidsplan for konkurransen beregnes ut ifra antall påmeldte deltagere, normalt regnes følgende tider pr. program:
1.0 min:
Mini-rekrutt obligatorisk individuelle program
Special Olympics Level A-C
1.5 min:
Mini-rekrutt valgfrie individuelle program
Rekrutt obligatoriske individuelle program
Special Olympics Level 1-2
2.0 min:
Special Olympics individuell program Level 3-4
Junior individuelle program
Senior individuelle program
2.5 min:
Mini-rekrutt troppsprogram
Rekrutt troppsprogram
Nasjonal klasse troppsprogram
RG for Alle tropps program
Alle klasser duo/trio program
Oppvisningstroppe
4.0 min:
Junior Troppsprogram
Senior Troppsprogram
Special Olympics Tropp

HUSK dobbeltkjøring av MiniRekrutter/Rekrutter! Teknisk arrangør må bruke teip til å dele teppe (et tau kan også brukes). Venstre og høyre felt, er venstre sett fra dommerbordet og høyre sett fra dommerbordet. Teip gjerne en V og H på teppe/gulvet.

I tidsplanen må det fremgå:

- Når dommer-/lagledermøtet skal starte, varighet 45 min - 1 t.
- Når de ulike klassene skal starte.
- Pauser.
- Beregnet tid for premieutdeling og avslutning.
- Med konkurranse som har Mini Rekrutt deltagelse MÅ premieutdeling skje etter endt Mini Rekrutt delen. De skal ikke vente til hele konkurransen er avsluttet.



3. Startrekkefølge:

Trekning av startrekkefølgen på puljeinndelingen utføres av arrangøren. Det anbefales å ikke sette opp gymnaster fra samme klubb rett etter hverandre. Hver klasse har startnummer stigende fra 1. Dersom teknisk arrangør tillater etterpåmeldinger, settes de opp med startnummer 0 i hver omgang/rotasjon.

4. Kjøreplan

Det skal settes opp en kjøreplan for konkurransen. Denne skal vise rekkefølgen på alle kjøringer og nummereres fra kjørenummer 1 og oppover. Alle lag og dommere får minimum ett eksemplar (lagene trenger ofte flere enn ett, da det kan være flere trenere). Speaker, musikkansvarlige og linjedommere må også ha kjøreplan.

Ved 16 gymnaster eller flere deles det i puljer etter følgende skala:

16-25 gymnaster: 2 puljer

26-35 gymnaster: 3 puljer

36-45 gymnaster: 4 puljer

46-55 gymnaster: 5 puljer osv.

Dette gjelder for klasser hvor det konkurreres i flere enn 1 program. I de individuelle klassene kjøres programmene i følgende rekkefølge:

Frittstående, Tau, Ring, Ball, Køller, Bånd.

Dette gjelder også i internasjonale klasser.

Det er da gymnasten som kjører i redskapsrekkefølgen, eks:

Start nr.	Navn	Redskap
1	Mari XXX	Ball
2	Thea YYY	Tau
3	Andrine ZZZ	Ring
1	Mari XXX	Køller
2	Thea YYY	Køller
3	Andrine ZZZ	Ball

I nasjonale klasser med valgfrie redskap, settes redskapsrekkefølgen opp etter ønsket rekkefølge pr gymnast (etter påmelding).

De av redskapene som ikke er med i aktuell klasse strykes. Gjeldene redskap for de forskjellige klassene finnes i [dokumentet](#): Regler og bestemmelse – Bestemmelser – RG konkurranser klasser.

5. Konkurransen sted med veibeskrivelse og kollektivtilbud fra knutepunkt.

6. Tildelt tid for prøving av konkurransefelt:

Prøving av konkurransefeltet kan foregå samtidig med dommermøtet i forkant av konkurransen eller i pauser.

Teknisk arrangør må også ha kontakt med dommeransvarlig fra TURG i forkant av konkurransen for oppdatert dommeroppsett og lignende.



1.4 Hallkrav

- Hallen må ha tilstrekkelig plass til et helt konkurransefelt.
- Takhøyden må være minimum 7 meter (bare hvis Internasjonl Junior/Senior inviteres).
- Det må settes av plass til nødvendig helsepersonell.
- Det bør tilrettelegges for utsalg av mat/drikke til utøvere og publikum; men dette er ikke et krav.

1.5 Økonomi

Teknisk arrangør betaler dommerhonorar fastsatt av kretsen og refunderer reiseutgifter ved innlevering av reiseregning. Faktura med vedlegg, sendes kretsen for refusjon. Dommerens «arbeidstid» starter når dommermøtet starter, og er frem til konkurransen er avsluttet. Dvs. at premieutdelingen ikke er inkludert i «arbeidstiden». Hvis konkurransen går over to dager, skal diet betales hvis dommer ikke får tilbud om middag.

Kretsen anbefaler teknisk arrangør følgende priser for inngangsbillett:

- 100 kr for voksne
- 50 kr for barn/student/honnør.

2. KONKURRANSE/GJENNOMFØRING

2.1. Sekretariatet

2.1.1 Hovedskjema

Alle tekniske arrangører av nasjonale/kretskonkurranser må benytte TKRGs hovedskjema. Hovedskjema er et regneark i Excel og kan lastes ned fra [hjemmesiden](#). Skjema og dommerlapper. I dokumentet ligger en veiledning som må leses og følges. Special Olympics Level A-C deltakere legges inn i Rekrutt Internasjonal 4-kamp. Special Olympics Level 1-4 deltakere legges inn i Senior Internasjonal 4-kamp.

2.1.2 Dommere og dommerlappene

Alle aktuelle dommerlapper (inkludert Special Olympics), kan lastes ned fra [hjemmesiden](#) – Skjema og dommerlapper. Dommere har med eget nettbrett, bærbar PC til registrering av karakter.

2.1.3. Musikk og musikkanlegg

Teknisk arrangør bestemmer selv hvilket program de ønsker å bruke til innsending av musikk.

2.1.4. Speaker

Speaker veileder alle impliserte i kretskonkurransen med aktuell og praktisk informasjon. Ved evt. endringer av konkurranseplanen opplyses publikum om dette. Speaker leder åpningen av konkurransen, vanligvis med en defilering og en kort velkomsttale av leder i arrangerende lag (se pkt.2.5). Deltagernes lag presenteres, og deltagerne defilerer ut. Dommerne skal også presenteres. Når konkurransen starter, skal speaker presentere gymnastene ved navn (ikke klubb). Speaker bør også informere om hvem som skal holde seg klar. Speaker leder også defilering og premieutdeling/avslutning av konkurransen.



2.1.4. Konkurransfelt og øvrig innredning

- Konkurransfeltet skal merkes tydelig. Feltets størrelse for alle klasser er 13X13 meter.
- Feltet må plasseres i hallen slik at man så langt som mulig unngår elementer i taket der redskap kan sette seg fast.
- Dommerbordet bør plasseres med GOD avstand fra konkurransfeltgrensen.
- Dersom dommerne blir sittende mot publikum, er det ønskelig med duk ned til gulvet i denne retningen.
- Midt på dommerbordet må det plasseres rødt og grønt lys, (eller det man ha tilgjengelig f.eks. flagger/skilt) for å signalisere gymnasten og speaker at dommere er klarer til neste gymnast.
- Stoler til linjedommere i hjørnene plasseres godt ut fra feltgrensen. Det må være åpen vei for gymnastene når de skal inn på konkurransfeltet, ikke for tett inntil publikum.
- Det må settes av plass til oppvarming. Hallens størrelse er avgjørende for hvor stor plass det er til rådighet, men for å unngå skader bør det være teppe/matter belagt.

2.1.5. Dommere

Teknisk arrangør må stille med linjedommere, og sørge for at disse kjenner reglene. Det må til enhver tid være 2 linjedommere for kretskonkurranser.

Dommeransvarlig TURG lager dommeroppsett og informere arrangøren.

2.1.6. Markedsføring og media

Det er viktig for en konkurranse at det kommer mange tilskuere. Det skaper en god ramme, høy stemning i konkurransehallen og inntekter til teknisk arrangøren. For å få trukket publikum til konkurransen må arrangør informere om konkurransen på en synlig og positiv måte. Konkurransen må selges inn ovenfor media. Man må være offensiv for å få dette til. Regional- og lokal-media er ofte takknemlige for aktuelt stoff. Bruk gjerne personlige kontakter. Det er mulig å få media til å komme og lage en forhåndsreportasje som markedsfører konkurransen, spesielt om lokale utøvere skal delta.

Når det er registrert at media er til stede, er det viktig at de blir godt ivaretatt fra første stund.

NB! Det er ikke lov til å ta bilder med blitz av utøvere i konkurranseaktivitet.

Vennligst les NIF's regler om [personvern](#)



3. Konkurransen og gjennomføring

3.1. Dommer-/lagledermøte

3.1.1. Lagledermøte

På lagledermøtet skal alle dommere, linjedommeransvarlig, trenere, lagledere, sekretariatsansvarlig og speaker være til stede. Hver klubb registreres med navn på lagleder, registrert lagleder må være til stede på lagledermøte, og er klubbens eneste representant med fullmakt til å kontakte dommere/jury ved evt. tvister/klager i løpet av konkurransen.

En fra arrangør ønsker velkommen, ellers ledes møtet av TURG dommeransvarlig for konkurransen.

Aktuelle saker er:

- Aktuell informasjon fra arrangør og evt. dommeransvarlig
- Kjøreplan deles ut til alle
- Info fra lagledere om eventuelle strykninger av utøvere/lag/tropper
- Info fra lagledere om evt. problemer av teknisk art
- Åpent for spørsmål

3.1.2. Dommermøte

Dommermøtet er hovedsakelig for dommere. Lagledere kan delta dersom de ønsker det. Dommeransvarlig TURG leder møtet.

- Informasjon fra dommeransvarlig.
- Dommerne mottar sine dommerlapper.
- Dommerne mottar skjema for honorar/reiseregning.
Disse fylles ut, kvitteringer legges ved og returneres til teknisk arrangør.

3.1.3. Defilering og premiering

Alle kretskonkurranser bør åpnes med en defilering hvis det er beregnet nok tid til dette.

Under en defilering skal utøverne defilere i sine klubbdresser eller konkurransedrakter. Klubbene skal defilere i alfabetisk rekkefølge med det arrangerende lag til slutt.

Hver deltagende klubb kan representeres med et navneskilt; men det er ikke nødvendig. Dommerne må ikke defilere, men må være til stede på sine plasser når defileringen foregår.

På kretskonkurransen gjelder de samme retningslinjene som for de nasjonale konkurransene.

I **junior og senior klasser** skal det være 1/3 premiering. Utover dette skal hver deltager motta et diplom, eller tilsvarende premie som forteller hva slags konkurranse man har deltatt i og hvilken plassering de har oppnådd.

I **rekрутtklassene** skal alle deltagere premieres (1., 2., 3., 4., 5. plass osv.). Medalje til 1., 2, og 3. plass. Lik premie til resterende (kan være deltager premie).

I **mini-rekрутtklassene** skal alle deltagere motta lik premie, her er det ikke lov å foreta rangering.

I **Special Olympics klassene** skal alle redskap premieres; det skal det være 1/3 premiering. Utover dette skal hver deltager motta et diplom, eller tilsvarende premie som forteller hva slags konkurranse man har deltatt i og hvilken plassering de har oppnådd.

Annen premiering er opp til hver enkelt arrangør med hensyn til deltagerpremier til alle og gaver til dommerne.



For kretskonkurranser må arrangør ta premieutdeling for MiniRekrutter etter at MiniRekrutt klassene har kjørt. Gymnastene skal ikke ha lang ventetid i hallen. Utover det står teknisk arrangøren stå fritt til å samle premieutdelingen til slutten av konkurransedagen eller ta premieutdeling etter hver enkelt klasse, hvis det er en lang konkurranse dag.

4. Etterarbeid

4.1. Distribusjon av resultater

Dommeransvarlig TURG sjekker hovedskjemaene så godt det er mulig underveis for feil. Trener kan få utlevert dommerlappene etter endt konkurransen.

Arrangør er ansvarlig for at resultatlistene offentliggjøres så raskt som mulig etter godkjenning av dommeransvarlig. Resultatet sendes til resultat@gymoqturn.no, TURG dommeransvarlig og alle deltagende dommere på e-post samme dag som konkurransen er avsluttet.

Endelig hovedskjema for alle klasser sendes på e-post til deltagende dommere og lag senest innen 2 døgn.